

# 信州版 新たな旅のすゝめ

安全安心で楽しい旅にさせていただくよう、皆様には次の点についてご協力をお願いいたします。

## 感染防止の基本

人との距離  
の確保

マスクを  
正しく着用

こまめな手洗い  
・手指消毒

十分な換気

## 旅マエ - 準備は入念に！ -

- 旅先の感染症対策の情報をあらかじめ調べておこう
- 体調に異変を感じた場合（発熱やせき、のどの違和感やだるさの症状等）は出かけるのはやめよう

## 旅ナカ - 楽しみつつ感染予防！ -

- 混雑を避け、列に並ぶときは前の人と距離をとろう
- 行政の呼びかけや施設が行っている感染防止対策を確認し協力しよう
- 「信州の安心なお店」や「新型コロナウイルス対策推進宣言の店」を利用しよう
- 旅行中に体調に異変を感じた場合、重症化リスクの高い方や症状の重い方は医療機関へ相談しよう  
(受診先や対応に迷う場合等は、受診・相談センターに相談しよう)



## 旅アト - フォローまでしっかりと -

- 帰ってからも健康チェックをし、体調に異変を感じた場合は、お住まいの都道府県の呼びかけに従って対応しよう

### 新型コロナウイルスワクチン接種について

- オミクロン株対応ワクチンは、オミクロン株に対し従来のワクチンを上回る効果が期待されています
- ワクチン未接種の方は、改めて接種のご検討をお願いします
- ワクチン接種がお済みの方も、引き続き感染防止対策の徹底をお願いします